

108 年度嘉義市西區樂齡學習優質中心

一、優質中心沿革及介紹

✓嘉義西區樂齡學習中心，為嘉義博愛社區大學所承辦，為一所推廣全家人都能終身學習之教育機構，在樂齡學習方面，自承辦以來盡力在各種課程中落實樂齡輔導團「學習改變、改變增能」的目標，期盼能使學員們透過學習，走出原本生活的框架，豐富樂齡生活的各種可能，開創更多彩多姿的銀色未來。西區樂齡學習中心，在代間學習部分與嘉義市多所小學及幼兒園合作，透過桌遊及氣球等課程結合爺爺奶奶說故事及歲月列車活動，融入社區空間，推動中心志工，就近服務自己所在社區，增加學員與在地的連結，透過各種面向的努力，期盼推動中心全方面的發展。

✓中心外觀及空間相片



二、優質中心最值得推薦之特色

✓樂齡核心課程：

中心課程擬以強化以往課程的深度化為主軸，此部份的課程會以收費的方式來進行，深化在樂齡學習多年的學員和志工的知識及技巧，加強專業性，另一方面以培養學員成為拓點講師的方式進行；另中心課程部份擬針對相關之重要的交通安全、預防詐騙、健康講座等課程會邀請相關領域的講師進行相關講座，以增強中心學員的知識，此部份的課程會採取免費方式，以鼓勵學員聽講。



樂齡防老體適能



樂齡健康養生素食



樂齡行動智慧好幫手



樂齡健身音樂律動

✓自主規劃課程：

持續在 107 年度累積的據點保有課程進行或互動，並積極和未拓點的社區洽談及合作，將多數經費使用於執行推動拓點方式進行，社區課程採取免費上課的方式，課程規劃擬以自主規劃課程佔較高比例，佐以核心課程部份，增加社區的接受度，使社區的樂齡長輩就近學習及了解樂齡，期許可以讓社區長輩增加健康老化及在地老化之準備；同時中心會鼓勵多位學習成果較佳，並且願意接受挑戰的學員或志工，擔任社區拓點時的講師，以達到老有所學到老有所用的目標。



樂齡愛拉小提琴



樂齡打擊樂



靜心繪圖放鬆畫



樂齡檜木鯨笛製作

三、優質中心 108 年度樂齡學習社團介紹

樂齡風火輪自 103 年 3 月開始籌組，6 月起展開集訓，成員都是嘉義市西區樂齡學習中心的樂齡學員，成員約 20 位左右(男性 5 位，女性 15 位)，平均年齡約 72 歲，最大年紀 91 歲的學員。在 105 年樂齡風火輪 11 月中將挑戰自我，於 10 天完成，進行「樂」血爺奶鐵馬接力環島服務之旅。透過鐵車環島旅遊參訪東、西、南、北的樂齡學習中心，讓樂齡學員們有彼此學習、增長見聞的成長機會，並從事歌舞表演服務的機會，以藉此服務長者，擴展人生經驗。



四、優質中心 108 年度貢獻服務活動介紹

玩氣球可不是小孩的專利，嘉義市西區樂齡中心學員製作各式各樣的造型氣球，以說氣球說故事方式融入交通安全知能，樂氣球扭劇團宣導團自 108 年 4 月份已開跑投入高齡者交通安全宣講，團員發揮專業熱忱、愛心與耐心，以淺顯易懂、親和活潑的集中宣講方式，提醒阿公、阿嬤以及孩童注意周遭交通環境的風險，至 108 年 7 月底共計實地宣講 26 場次，聽講人數達 1,000 人次。



樂氣球扭劇團

為鼓勵西區樂齡桌遊班的學員，展現平日所學，因此桌遊班組成「扶老攜幼桌遊 GO」社團，將在中心所學等技能，延伸至各個安養機構或是國小進行桌遊活動，翻轉樂齡者應該受到別人服務的想法，讓樂齡長者服務更年長的人，鼓勵祖孫共同學習，營造和諧代間關係，展現樂齡者的活力，以實際服務行動力，提升樂齡長者的自信。



扶老攜幼桌遊 GO



扶老攜幼桌遊 GO